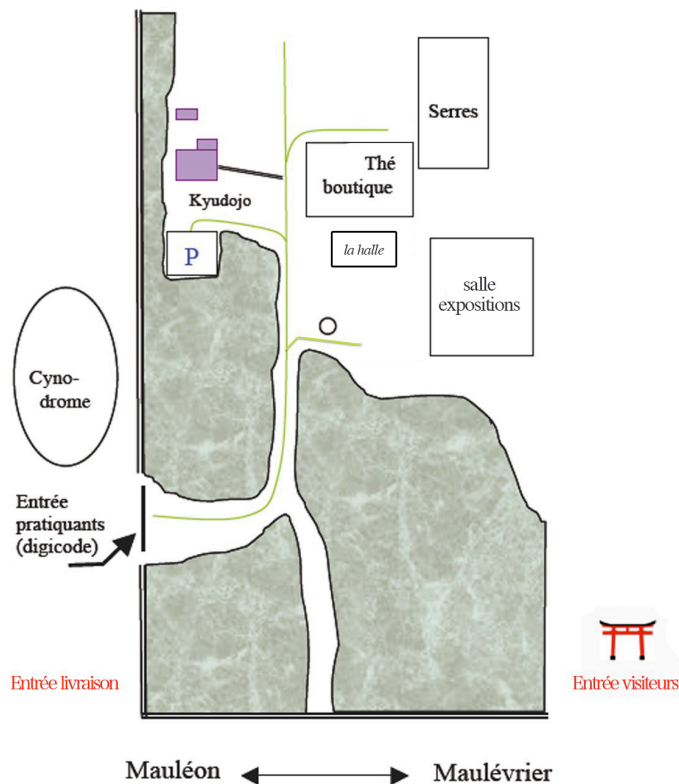


Le Kyudojo se trouve au sein
du Parc Oriental de Maulévrier.

L'entrée des pratiquants
se fait par le portail coulissant
côté livraison (digicode) .



Le Bön est une tradition spirituelle tibétaine
pluri-millénaire. C'est une voie vers l'éveil
qui propose une diversité de pratiques
d'un grand soutien dans la vie quotidienne
des pratiquants.

La méditation est une méthode pour
prendre conscience de la perfection
intrinsèque de chaque moment.

Tenzin Wangyal Rinpoché

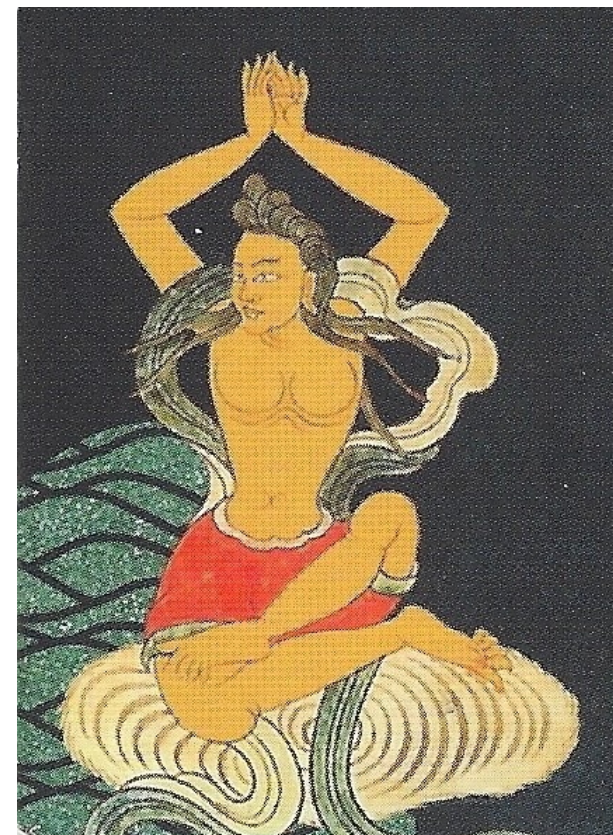


« Une demi-heure de méditation
est essentielle...
sauf quand on est très occupé,
alors une heure est nécessaire. »

Saint François de Sales

Méditation yoga tibétain Bön

Ligmincha France



Selon l'enseignement
de Tenzin Wangyal Rinpoché

Kyudojo - Parc Oriental

Méditation Kyudojo de Maulévrier

HORAIRES

Zoom (méditation guidée
par Bernard Bleyer):
- mardi matin : de 7h à 8h

En présentiel au kyudojo :
conduit par Frédéric Pantaloni

- mercredi : 19h à 20h
- samedi matin : 8h à 9h



Il est nécessaire d'arriver 15 min avant
pour la préparation du lieu.
(5 min. avant, sur zoom)

Se munir de vêtements confortables
et chauds en hiver.
Apportez un coussin de type zafu
et une couverture.

Il est possible de rester assis sur une chaise.

PARTICIPATION

*Découverte : Il est possible de participer
ponctuellement à une séance.
Participation demandée : 10€*

° Inscription Associations 2026/2027 :

- 30 € pour Ligmincha France
- 15 € pour le Parc Oriental
(sauf habitants de Maulévrier)

° Pratique régulière :

- zoom uniquement : 150 € l'année
- dojo : les deux séances 180 € l'année
- dojo + zoom : 280 € l'année

Inscriptions ouvertes toute l'année

Renseignements :

Frédéric Pantaloni
tél : 06 63 71 45 17

mail : pantalonifrederic@gmail.com

sites internet

youtube - chaine ligminchafrance
facebook - Ligmincha.France.Suisse
www.parc-oriental.com/activites/arts-orientaux



Tenzin Wangyal Rimpoché est un
maître reconnu de la tradition
Bouddhiste Bön du Tibet.
Il est le fondateur et le directeur spirituel
de Ligmincha International.

Enseignant en Occident depuis 1988,
Tenzin Wangyal Rimpoché est
renommé pour la profondeur de sa
sagesse, pour son style clair et
engageant et pour son talent à
rendre les anciens enseignements
Tibétains accessibles et pertinents
pour les Occidentaux.

Il est l'auteur de nombreux livres
et enregistrements audio et vidéos.

Ouvrages de T.W.R.

Aux Editions Claire Lumière
www.clairelumiere.com